

A prop de tu

Rubí



La revista d'estètica, salut, tendències, oci, mascotes i molt més de Rubí.

Exemplar gratuït

ESPECIAL NADAL 2021



OPORTUNIDAD
PISO DE 3 HAB. 2 BAÑOS
ASCENSOR
PARKING GRANDE
TRASTERO

200.000€



TE AYUDAMOS CON LA FINANCIACIÓN GRATIS



669 011 355



Calle Lluís Ribas 1
08191 Rubí (Barcelona)



Aquestes Festes Regala **SOMRIURES**

Odontològics Rubí
Clínica Dental



Experts en Implantologia i Ortodòncia
Amb més de 35 anys d'experiència

Instagram: [clinicadental_odontologicsrubi](#)

Facebook: [Clínica Dental Odontologics Rubí](#)

c. Mestre Magi Raméntol, n. 1 baixos

T. 93 699 21 07

WhatsApp: [682 49 40 23](#)

Que aquest Nadal sigui brillant, porti alegria, amor i encengui un Any Nou ple de llum i esperança.

Us desitja **A prop de tu** Rubí

Ròtulos - Lonas - Vinilos - Soportes publicitarios - Carteleria...

Madis
IMPRESIÓN GRAN FORMATO

Impresión gran formato & rotulación

www.madis.es - madis@madis.es - 93 588 87 81

COMPRA EN EL PEQUEÑO COMERCIO

A prop de tu

www.revistaapropdetu.com

RCS
Reformas, Construcciones y Servicios

REFORMAS EN GENERAL
Cocinas · Baños · Fachadas
Pintura · Puertas · Terrazas ...

25 años de experiencia.
Construyendo tu futuro.

RCS · Reformas, Construcciones y Servicios
C/ López de Vega, 22 · local · RUBÍ · Telf: 635 126 596 · 674 686 045
rcs.reformas@hotmail.com

SUGIN
SUMINISTROS GINER & GINER, S.L.

Mantenimiento, puesta en marcha, cambios de caldera. Gas y Gasoil

Presupuestos sin compromiso

C/ Milà i Fontanals, 31 · Rubí
Tel. 93 588 42 22
www.sugin.es
suginrubi@hotmail.com

Staff

Revista **A prop de tu**

Producció Publi-ticket · Edició Francisco Padilla · Publicitat Antonio Martín Telf. 617 026 168
Maquetació i Disseny Miguel Vázquez
Dipòsit Legal B 21893-2016

Col·laboradors d'aquest mes:
Francesc Bonilla (Escapadas) Jordi Bermejo (Salud) Doctor Miquel Utset (Salud) Joana Palafoxs, Elisabeth Lerin (Psicòloga) Jordi Bermejo (Alimentació) Mireia Rojo (Estètica) Rubén Pérez, Saray C (Mascotas)

A prop de tu no es fa responsable de l'opinió de clients i col·laboradors
www.revistaapropdetu.com

Revista A prop de tu Rubí

ELEVAMON
elevadors

ESPECIALISTES EN EL MÓN DE L'ASCENSOR I EL TRANSPORT VERTICAL
Instal·lació, manteniment i reparació
Ascensors i muntacàrregues

Som de Rubí

- Manteniments a partir de 30 €/mes
- Tot risc sense sorpreses 83 €/mes

SERVEI 365 DIES 24 H.

INFORMI'S

Bon Nadal

ELEVAMON
elevadors

Carrer Alt, 7 · 08191 Rubí
Tel. 935 885 511
www.elevamon.com · info@elevamon.com

EL NIU

Ropa interior

avet creaciones Selène

Moda y complementos
Pijamas · Batas
Ropa laboral

C/ Mossèn Cinto, 12 · Rubí
(En la plaza de la Iglesia de San Pedro)
Tel. 675 833 422

ALFONS I COSTURES

Botiga d'arranjaments de roba

Horari de 09:30 a 13:30 h.
i de 16:30 a 19:30 h.

Carrer Pintor Murillo, 72 · 670771423
alfonsicostures@gmail.com

Mercè Merceria

Se hacen arreglos
Se borda
Confeccionamos trajes del Esmart
Etiquetas
Artículos de mercería en general
Artículos de Patchwork
¡Si no lo tenemos, lo traemos!

Passeig de les Torres, 20 · Local 1 · RUBÍ
Telf. 617 037 654 · 93 534 05 51

STRASS

Bijuteria
Ralligèria

Passeig de Francesc Macià, 46
Galerías Rubí
Tel. 93 588 65 40

Juanita
MERCERIA

Teixits · Confecció Llar
Arranjaments · Bugaderia · Brodats

Carrer Lluís Ribas, 33 · Rubí
Telf. 644 70 79 60 · 93 699 07 09
confeccionsjuanita@gmail.com
www.merceriajuanita.es

Oda
lingerie

PIJAMES · ROBA INTERIOR
PRIMERES POSADES
MITJONS I MITGES · SAMARRETES
REGALS · DETALLS

C/ Maximí Fornés, 1 · Rubí
T. 634 37 78 82

ARTICULOS INFANTILES

CRISIA

Moda Infantil desde
0 meses a 16 años
Ropa Interior
Moda y complementos

C/ Lluís Ribas, 6
(Esq. Bartrina)
T. 93 699 93 51

ELS REGALS DELS INFANTS

Arriben dies de festes nadalenques, de prendre el raïm i d'anar a la cavalcada a donar la Benvinguda a Els Reis Mags d'Orient.

Totes aquestes accions que principalment van ser creades per generar consum, es van entrellçar amb la nostra cultura quotidiana, que repetim any darrera any.

¿Què familiar, no intentarà realitzar els somnis de Nenes i Nens?



Com mare puc observar que la dificultat es centra en quin tipus de regals fem i que transmetem amb això.

¿Com puc encertar amb el regal?

- 1 Primer de tot és important saber que li agrada, quines capacitats mostra més.
· Preguntar-li, sense donar per fet una cosa que poguéssim interpretar.
- 2 Després, és important adaptar el regal a la nostra economia del moment, fins i tot si fos escassa podem crear aquest regal, un regal de fet a casa. Per exemple, ensenyar que una cosa no comprada no te que tenir menys valor.
- 3 Per últim aturar-se un moment i observar si aquest regal ofereix algun valor no econòmic:

¿Fomenta la violència?

¿Fomenta la creativitat?

¿Fomenta les Relacions?

¿Fomenta el sexisme?

A tot això, aprofitar la presència de les àvies i avis, que ens expliquin històries, crear un moment màgic...



Tintoreria
OpenSec
Bugaderia

- Lavado de prendas de ropa, en agua y seco
- Especialistas en prendas delicadas y vestidos de fiesta
- Servicio a domicilio

ARRREGLOS DE TODO TIPO DE PRENDAS DE ROPA Y PIEL
TALLER PROPIO

Feliz Navidad

Carrer de Pere Esmendia, 23
Rubí
Tel. 691 75 73 99

blau i rosa

Moda para bebé, infantil y juvenil
Sección de puericultura

Francesc Macià, 46 · Galerías Rubí
Telf. 93 697 26 56
www.blairosarubi.com

El equipo de Blau i Rosa i Tere Nens, os desea **¡FELIZ NAVIDAD!**

CORIUM

Bijuteria Artesanal
Moda i Complementos

Carrer Doctor Maximí Fornés, 8 · Rubí
Tel. 680 46 75 04
www.coriumbisuteria.com

casa da fabi
Felices Fiestas ECO

Carrer de Doctor Maximí Fornés, 28 · Rubí
Teléfono: 931 58 42 89

En Casa da Fabi Eco encontrarás todo lo necesario para llevar un estilo de vida más ecológico y sostenible. Productos de limpieza e higiene personal a granel, cosmética sólida, estropajos, cepillos, bolsas reutilizables y mucho más.

En estas navidades regala packs personalizados a partir de **10 €**

Joana Palafox

Tratamientos estéticos en invierno

El mejor momento para cuidarte

Aunque lógicamente debemos cuidarnos en todas las estaciones, el invierno ofrece unas ventajas para iniciar muchos tratamientos estéticos debido a los beneficios o ausencia de posibles complicaciones.



El sol no afecta tanto a la piel

Las molestias posteriores a los tratamientos se llevan mejor con el frío que con el calor.

Nosotras mismas consideramos que es una época de mantenimiento para llegar lo mejor posible a la primavera y verano.

Normalmente la progresión de los tratamientos es más paciente y más calmada y

no esperamos el resultado tan rápido... ya que no estamos tan expuestas a los resultados.

Podemos hacer una continuidad, que es básica para conseguir el éxito de todos ellos. Incluso podemos combinar más de un tratamiento a la vez, siempre y cuando nuestra economía nos lo permita.



Cuida tu piel en invierno

A pesar de lo comentado antes, el frío deteriora la piel de tu rostro y cuerpo,

Toma a diario 2 litros de agua y usa cremas hidratantes por la noche y el día.

5 minutos de dedicación pueden valer mucho para tu piel.

- Sigue utilizando protección solar en invierno, las confianzas de que el sol en invierno no hace daño son muy equivocadas. El sol sigue actuando siempre.

- Mantén una dieta saludable.
- Limpia tu piel a diario, elimina restos de maquillaje e impurezas.
- Usa protección en los labios.
- Elimina la piel reseca con exfoliantes.
- Dúchate con agua tibia, no muy caliente.
- Acaba siempre con un chorro de agua fría en las piernas, mejorará tu circulación.

Tratamientos indicados para el invierno

- Escleroterapia
- Mesoterapia en miembros inferiores, cara, cuello, escote y otras zonas.
- Lipoescultura.
- Minicirugía facial (blefaroplastia, quistes, etc.)
- Tratamiento de las manchas en zonas expuestas.
- Peeling medios o profundos.
- Tratamientos con láser en zonas expuestas.

El invierno es el momento ideal para preparar nuestro cuerpo. Consulta a tu especialista el tratamiento adecuado a tus necesidades.

Body in Harmony
AVDA. DE L'ESTATUT N.º 38, RUBÍ
TELÉFONO 685 330 200
Os desea felices fiestas!!

Centro Aurora
FELIZ NAVIDAD

TARJETA REGALO

¿No sabes que regalar estas navidades?
Regala Belleza y Bienestar. Manicura, pedicura, masajes, tratamientos facial/corporal....
Con nuestra Tarjeta Regalo. Seguro que acertarás!

C/ Doctor Maximí Fornés, 64-66 · Rubí
Telf. 661 71 45 35

Mireia Rojo Jiménez

Una alternativa brillante a los típicos regalos de Navidad, es obsequiar con experiencias

Como amantes de la belleza, nuestras favoritas son aquellas que tienen que ver con mimarse.

Sesiones de salud, masajes, tratamientos faciales y corporales para lucir una piel perfecta y desconectar del estrés.

Los regalos de Navidad son una ocasión ideal para sorprender a nuestros seres queridos con cosas que, de normal, no hacen.

Los tratamientos de belleza son considerados un lujo, ya sea por cuestiones de tiempo o dinero.



Estarás regalando atención, un día para sí mismos y ese empujoncito para darte ese masaje que te lleva apeteciendo meses.

Lo mejor de este tipo de regalos es que al venir en forma de cheque regalo, suelen brindar la opción de canjearse por el tratamiento que más guste a cada uno.

Seleccionamos los mejores servicios de belleza y tratamientos para regalar estas fiestas.

Estos son nuestros favoritos

- ▶ Hidratación de labios
- ▶ Limpieza facial oxigenante
- ▶ Masaje relajante
- ▶ Rituales body moment
- ▶ Lifting de pestañas



- ▶ Manicura semipermanente con nivelación
- ▶ Microblading y Micropigmentación

Los tratamientos más novedosos del momento!

Ven a por tu tarjeta regalo para esa persona especial que quieres sorprender!



Beauty Studio
Especialistas en tu Mirada
Mucho más que un Centro de Belleza

Carrer Doctor Robert, 25 - Rubí / 722 809 333

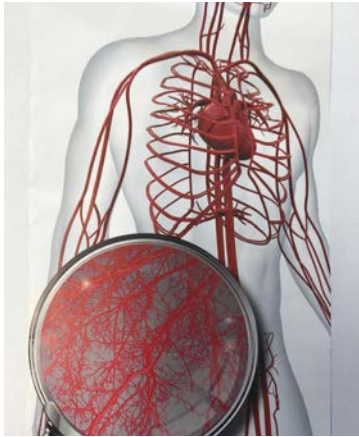
La Chica de las Cejas

Beauty Studio
Regala Belleza y Bienestar
Tarjeta regalo

Instagram: Beautystudiorubi, lachicadelascejas

Terapia Físico Vascular BEMER

Estimulando la microcirculación



El flujo de sangre en los vasos sanguíneos más grandes puede ser parcialmente regulado por medio de medicamentos, que influyen en la dilatación y contracción de los vasos a través de estímulos nerviosos y señales químicas.

Los microvasos, sin embargo, carecen de receptores para recibir estas señales. Por lo tanto, los movimientos periódicos de las arteriolas de pequeño calibre, no se pueden controlar con medicamentos, aunque sí pueden ser provocados por estímulos mecánicos locales con la ayuda de la terapia físico vascular BEMER

DE IMPORTANCIA VITAL LA MICROCIRCULACION

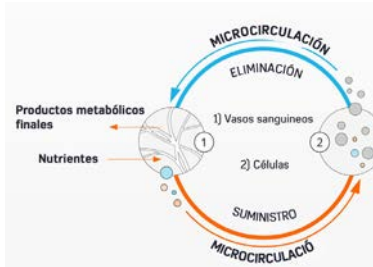
La microcirculación o circulación en los vasos sanguíneos más pequeños, es una parte de enorme

importancia funcional en el sistema circulatorio humano, ya que suministra oxígeno y nutrientes a las células del organismo y constituye una importante vía de transporte para eliminar los productos metabólicos finales.

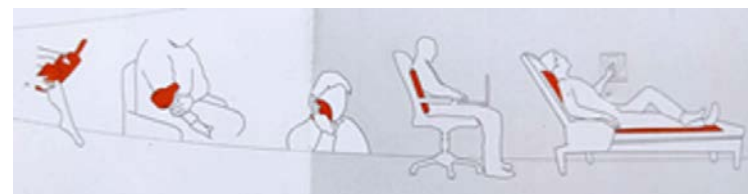
Una microcirculación deteriorada puede causar o favorecer numerosos trastornos y enfermedades.

BEMER ES EFICAZ

La capacidad física y mental, los procesos de crecimiento y recuperación y un gran número de enfermedades están directamente relacionados con la microcirculación.



BEMER estimula la vasomoción -es decir el movimiento propio de los vasos sanguíneos-, logrando así mejorar la microcirculación.



CÓMODO Y OPORTUNO

16 minutos para su salud

La terapia físico vascular BEMER es un dispositivo médico certificado que transmite impulsos en una secuencia definida, generando un campo magnético de muy baja frecuencia.

Con la ayuda de este campo, más sangre es bombeada hacia el área capilar.

Se emplea desde hace décadas en clínicas y consultas médicas, sin embargo, cualquiera la puede aplicar con total facilidad y es justamente en el hogar donde se consiguen los mayores beneficios con una aplicación constante.

Es uno de los tratamientos más eficaces para mejorar la microcirculación, con tan solo 2 aplicaciones diarias de 8 minutos.

Así de sencillo puede resultar hacer tanto por su salud.



TERAPIA BEMER
Estimulando la microcirculación

Novedad en RUBÍ
Llámanos para informarte y consigue tu prueba **GRATIS**
Tel. 631 883 014

C/ Carrasco i Formiguera, 28, 2, 3 · Rubí
www.bemergroup.com

Lumbàlgies i mal d'esquena

El mal d'esquena és, probablement, la patologia més freqüent que pateix l'ésser humà.

En realitat no sabem quin és l'origen real del mal d'esquena, des d'una simple sobrecàrrega muscular fins a una hèrnia discal.

Els estudis científics demostren, però, que s'origina per un mecanisme neurològic on s'activen nervis que transmeten la sensació de dolor al cervell cosa que provoca la contractura i la inflamació muscular com a mecanismes de defensa. Així doncs el diagnòstic és bàsicament clínic i tan sols en algunes ocasions, en contra del que habitualment es creu, ens poden ajudar les proves d'imatge com Rx, TAC o RM.

L'evolució ens ha permès adquirir una posició erèctil i caminar dempeus, però ha deixat la columna lumbar com una de les zones més desprotegides i vulnerables de la nostra anatomia, a canvi de dotar-la d'una extraordinària mobilitat en totes les direccions de l'espai.

La conseqüència del desconeixement de l'origen del dolor és el que afavoreix la gran quantitat



d'enfocaments terapèutics dispersos que s'apliquen en aquesta patologia com són massatges, acupuntura, osteopatia, fàrmacs antiinflamatoris, cirurgia, rehabilitació, ozó, etc.

Encara que sembli obvi que davant una hèrnia discal la millor solució és la seva extirpació quirúrgica, els freqüents fracassos de la cirurgia lumbar ens ha anat portant a solucions cada vegada més conservadores.

El mal d'esquena pot tractar-se a partir de diferents tècniques, però cada vegada més s'implanten els

tractament conservadors que es combinen amb plasma ric en plaquetes o bé amb cèl·lules mare. Aquest sembla ser el futur immediat del seu definitiu tractament.

També hi ha noves teràpies que actualment ja apliquem, com és la teràpia ambulatoria, que combina la infiltració de gas d'ozó dins la musculatura paravertebral, o bé, si l'origen del dolor sembla que vingui del disc i no hi ha hèrnia discal es pot 'infiltrar ozó i/o PRP dins el disc per aconseguir-ne una regeneració, en un acte quirúrgic molt senzill i ràpid (discolis).



cemu
centre mèdic utset
Núm. Sanitat ED8689599
TERRASSA
Plaça Comte Guifré, 1 al Vapor Gran
08221 Terrassa (Barcelona)
Tel. 937 885 395 · 663 177 417
www.cemu.cat · info@cemu.cat

«El nostre cos es repara diàriament. La medicina regenerativa potència, de forma natural, aquesta capacitat»
Doctor Miquel Utset
Segueix-nos a 

Practica ioga per Nadal

Cuida el teu cos i la teva ment

Menjars, sopars, reunions familiars, per Nadal gran part dels esdeveniments giren entorn del menjar. Qui pot resistir-se a una xocolata calenta o a un tros de torró?

No podem oblidar que els excessos que cometem durant aquests dies els notarem en la temuda costa de gener que costa encara una mica més si portem excés d'equipatge.



Perquè aquests dies no et passin factura et proposem una bona solució: practica ioga per Nadal.

Practicar ioga durant les festes nadalènques contribuirà al fet que et continuis sentint àgil, al fet que entris en el nou any curull d'energia, a cuidar la teva salut i a sentir-te bé amb tu mateix.

No és necessari que et traslladis al teu centre de ioga habitual si has marxat fora del teu lloc de residència, gràcies a les noves tecnologies pots practicar ioga estiguis on estiguis.

L'oferta de classes de ioga en línia és molt variada i et permet tenir la flexibilitat necessària perquè no puguis posar cap excusa a l'hora de realitzar una mica d'exercici per al cos i la ment.

Quan enguany escribes la carta a Papà Noel o als Reis Mags no t'oblidis incloure una subscripció a un curs de ioga, serà un gran regal per a tu o per a aquells que t'envolten.

Practicar ioga no té edat, els petits de la casa poden gaudir amb classes de ioga per a nens, els majors tampoc tenen excusa, ja que és un exercici totalment recomanable de 0 a 99 anys.

Si encara no has provat aquesta disciplina, a quines esperes?

Sempre pots trobar el tipus de ioga i el nivell que millor s'adapti a tu, el ioga és una disciplina que t'acompanyarà al llarg de la vida.

FARMÀCIES GUÀRDIES NOCTURNES

De dilluns a diumenge, de 21.00 a 9.00 h del dia següent

Farmàcies obertes tots els dies de l'any:
FARMÀCIA KRONOS : Oberta de 9 a 22 h tots els dies de l'any
FARMÀCIA XAPELLÍ : Oberta de 9 a 21 h tots els dies de l'any

DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	DIUMENGE
		1	2	3	4	5
6		GRIMAU	MONTSERRAT	LOZANO	RUIZ	KRONOS
BARADAD	7	MAS	BATLLORI	ARUMÍ MARCH	11	12
13	ORIOL	8	9	10	MIÑARRO	CA N'ORIOL
SCHMID	14	XAPELLÍ	15	16	17	18
20	PROGRÉS	21	HIDALGO-MOSCARDÓ	22	CONDAL	PIERA
27	DÍAZ	28	23	24	25	26
BLANCA	29	BATALLÉ	GRIMAU	MONTSERRAT	LOZANO	RUIZ
KRONOS	30	31	MAS	BATLLORI		

Troba els horaris de les farmàcies de Rubí a farmaguia.net. (I també a l'APP mòbil 'Rubí Ciutat')

DESEMBRE

Yoga One

by DiR

rubí

Regala ioga

Classes de dilluns a diumenge

C/ Sant Sebastià, 41 (Davant Col·legi Regina) Telf: 937 427 418

yogaonerubi

PACKS regal de NADAL

Tetera/samarreta/funda estoreta...
PROMO 3mesos+1 gratis

- *Classe 13,5€
- *4 Classes 40€
- *Mensual 44'95€ (totes les classes que vulguis)



Osito Tito. ¡Feliz Navidad!

Benji Davies

Editorial: Timun Mas Infantil

Temàtica: Infantil | De 1 a 2 años

Infantil | Interactivos

Colección: Osito Tito

Cinco mecanismos aptos para pequeñas garras, una historia rimada y muchísimo que ver, señalar y comentar en esta colección de cuentos interactivos que tiene como protagonista a Osito Tito.

¡Celebra la Navidad con Osito Tito!

MOMENTS DE LECTURA



ÚLTIMOS DÍAS EN BERLÍN

Finalista Premio Planeta 2021

Paloma Sánchez-Garnica

Editorial: Editorial Planeta

Temàtica: Novela histórica

Novela contemporánea | General Novela

Colección: Autores Españoles e Iberoamericanos

Cuando el amor y la esperanza son más poderosos que el odio y la furia

Cuando Yuri Santacruz asistió al nombramiento como canciller de Adolf Hitler, no podía imaginar lo mucho que cambiaría su vida en Berlín. Había llegado allí unos meses atrás, después de haber huido junto con parte de su familia de San Petersburgo.



LA BESTIA

Premio Planeta 2021

Carmen Mola

Editorial: Editorial Planeta

Temàtica: Novela negra

Novela contemporánea | General Novela

Colección: Autores Españoles e Iberoamericanos

De manera magistral, Carmen Mola teje, con los hilos del mejor thriller, una novela frenética e implacable

Corre el año 1834 y Madrid, una pequeña ciudad que trata de abrirse paso más allá de las murallas que la rodean, sufre una terrible epidemia de cólera. Pero la peste no es lo único que aterroriza a sus habitantes: en los arrabales aparecen cadáveres desmembrados de niñas que nadie reclama. Todos los rumores apuntan a la Bestia, un ser a quien nadie ha visto pero al que todos temen.

CONSULTORIA

Moreno & Martínez

- ASESORÍA FISCAL-CONTABLE
- ASESORÍA LABORAL
- TRAMITACIÓN DE EXTRANJERÍA
- GRADUADO SOCIAL

C/ Víctor Català s/n · Tel. 936 978 961 · 08191 RUBÍ
ESTAMOS EN LA ZONA DE LAS TORRES, JUNTO A LA RAMBLA DEL FERROCARRIL

BON CARMA

Centre de teràpies naturals

- Acupuntura,
- Naturopatia,
- Ioga,
- Xamanisme,
- Estètica i benestar,
- Cosmètica vegana,
- Psicologia holística,
- ArxiusAkásicos,
- Feng shu.

BON NADAL

Aquest Nadal Regala salut i benestar

Targeta Regalo
BON CARMA

C/ Joan Maragall 41 entlo 1ª · RUBÍ · T. 689853053

Rreparallar®
Les seves reparacions domèstiques en bones mans

Petites reparacions, reformes, instal·lacions i serveis per a la seva llar

GARANTIA 100

MÉS DE 10 ANYS ENS AVALEN!

660 642 232
Carrer Bartrina, 39 bis RUBÍ
reparallar@gmail.com

A-Cero Cerrajería
Su cerrajero de confianza

COPIA DE LLAVES - CERRADURAS BOMBINES - REJAS - BALLESTAS

Novedad: PUERTAS DE SEGURIDAD

SISTEMAS ANTIBUMPING
SISTEMAS ANTIKUPA
MANDOS DE PARKING
CAJAS FUERTES

CERRADURAS ELECTRÓNICAS
SEGURIDAD PARA EMPRESAS
PRODUCTOS PARA COMUNIDADES

Carretera de Sabadell, 14 Rubí
93 697 63 60
info@acerocerrajería.es

www.lacerradura.es

TOLDOS Y PERSIANAS RUBÍ
www.toldosrubi.com f
T. 93 588 40 98

Presupuesto sin compromiso

Avda. de l'Estatut, 41
Rubí

- Instalación y reparación de todo tipo de toldos, persianas, mosquiteras, cortinas y aluminio
- Automatizamos su toldo y persiana
- Pérgolas Gibus

RAPIDO DEL CALZADO

Mandos de parking y coche
Llaves comunes, seguridad y coche con chip y carcasa
Reparación calzado al momento
Cambiamos cremalleras · Se afilan tijeras

C/ Llobateras, 88 · Rubí · T. 629 91 93 44
www.reparacioncalzadovolles.com

Rápido Moderno
Reparación 2 de calzado

¡Cosido de toldos a domicilio!
Antes de cambiar tu toldo pídenos presupuesto

Carrer de la Mare de Déu de Lourdes, 32
Rubí · Telf. 654 179 101

Tendencias en Navidad

Así como decoramos todas nuestras estancias en nuestro hogar durante el año, las fechas navideñas vienen con varios apartados clave para las próximas fiestas.

Nórdico clásico, rustico/vintage y más elegante.

Siempre podemos adaptar uno a nuestras sensibilidades y gustos.

Estilo Nórdico



Un estilo colorido basado en los paisajes escandinavos del norte de Europa, con toques de luz natural siendo esta el eje en el que se rodea esta decoración. Aunque aquí el clima es más benigno, este ambiente te protege visualmente

contra los elementos gélidos que representa.

Colores tipo pastel suave en contraste con tono que tengas más marrones y grises del resto del año. Puedes utilizar adornos metálicos, combinan muy bien. (Plata, dorado y cobre)

Decoración rústica y vintage



La decoración rústica es uno de las propuestas que tiene actualmente más éxito en la decoración navideña. Además es muy sencilla de aplicar y sobre todo muy llamativas y efectivas visualmente.

Velas pintadas o forradas en tono de marrón, piñas y ramas de diferentes tamaños es un clásico

y muy adecuado. Ornamentos como esferas forradas de color, tela o estampado, además es una opción muy económica.

También, otra propuesta del estilo rústico que resulta muy llamativa, sencilla y económica, es hacer con papel viejo o periódicos pequeños árboles navideños, los cuales después podremos decorar también con nuestros elementos favoritos.

Decoración más elegante



Encontrar un tipo de decoración navideña moderna puede ser el objetivo de muchos hogares, y una de las de las principales tendencias para conseguirla en formato clásico y sencillo, es apostar por incluir como principal

acento navideño un gran árbol decorado, por ejemplo en unas de las esquinas de la habitación que se pretenda decorar.

Con toques más minimalistas con adornos de paquetes envueltos como regalos, en papel dorado, o plateado sobre los muebles de las habitaciones.

Otros ornamentos en zonas menos transitadas suelen quedar bien, pero sobretodo en este ambiente es importante no machacar la propia decoración, no recargar en absoluto toda la casa con adornos.

Es mejor optar por los necesarios y manteniendo la línea que más te guste, sin excesivos contrastes en el tipo de decoración. Pero si puedes hacerlo en el color, sobre todo en los tonos más suaves.

Pequeños detalles como son ornamentos navideños en el pestillo de las puertas de las diferentes salas de nuestro hogar así como otros detalles, ayudan a llevar sin demasiado esfuerzo y sin recrear atmósferas recargadas el espíritu navideño de forma exitosa a nuestro hogar.

CARPINTERIA DE ALUMINIO

FANNY S.L.

Acabados de máxima calidad con el mejor material
Asesoramiento y presupuesto sin compromiso

C/ Murcia, 30-32 L.1 · Rubí
Telf. 935 886 193
www.fannysl.com

Cristalería Medina



- Vidres plans
- Miralls
- Mampares de bany
- Vidrieres artístiques
- Persianes
- Mosquiteres
- Instal·lacions comercials

Carrer Bartrina, 9 · local · 08191 RUBÍ
Telf. 619 823 974 · 93 112 69 27
cristaleriamedina@hotmail.es

abitare

Calidad al mejor precio

NUEVA TIENDA
Carrer de Terrassa 19 · Rubí
(junto policía nacional)
Tel. 931 300 196

Hasta fin de año colchones a un 12% / 20% / 25% dto.

Producto nacional y nº1 en muelle ensacado

Distribuidores oficiales de **GOMARCO**

Visita nuestra exposición

COYPE

Confeció, venda i instal·lació de cortines
Articles per la llar

Decorant des de 1972

Horari de 10 a 13:30 h. i de 17 a 20 h.
Dissabtes a la tarda tancat

Av. de l'Estatut, 7 · Rubí
Tel 93 588 54 59 · 679 600 131
coype2019@hotmail.com

FUSTERIA EBANISTERIA MARBER



- Muebles a medida
- Puertas
- Cocinas
- Parquet

Os deseamos una Feliz Navidad

C/ Miño, 6-20 · Nave 19 · Terrassa
Tel. 937 318 824 · 630 953 877

ACE
immobiliària

OS DESEAMOS FELIZ NAVIDAD

C/ MONTURIOL, 5 · 08191 RUBÍ
667 61 50 03

¿Necesitas comprar o vender tu vivienda?
¡NOSOTROS TE AYUDAMOS!

Además ofrecemos los siguientes servicios:

- Financiación personalizada
- Asesoramiento jurídico:
- Herencias, trámites de compra y venta, divorcios, etc...
- Cédula de habitabilidad y certificado energético

PAPA NOEL

Aunque todos sabemos quién es Papá Noel, muchos niños tienen una serie de preguntas acerca de este hombre viejo y alegre con la barba larga y blanca. Elfos profesores de todos los rincones del mundo celebraron una gran convención sobre el tema, donde juntos consideraron las preguntas de nuestros hijos.

Con la ayuda de Papá y Mamá Noel, los duendes profesores reunieron un montón de preguntas y anotaron las respuestas para que todos las vieran. Por lo tanto, ahora queremos compartirlas con vosotros y que lo descubras en tu viaje a Laponia.

Edad de Papá Noel

Cuando le preguntamos a Papá Noel por su edad, pensó durante un buen rato antes de responder: "¿Sabe usted? Ni siquiera yo estoy seguro. Una vez me senté y traté de pensar en cuántas navidades podía recordar, pero una vez que llegué a 364 Navidades me quedé dormido en la silla mecedora... muy cómodo".

Barba de Papá Noel

La longitud de la barba de Papá Noel varía en función de quién la mida. La medición más reciente se llevó a cabo por el Elfo Profesor Titular que utilizó su pie derecho para hacer las mediciones y las dimensiones resultaron ser la friolera de tres pies y pico!

Con el fin de que la barba de Papá Noel se mantenga hermosa y tupida, los elfos han creado la propia barbería de Papá Noel. El cuidado de la barba de Papá Noel es una tarea difícil, sólo mantener la barba rizada requiere mucho esfuerzo realizado por una docena de elfos!



Alimento favorito de Papá Noel

Esta pregunta no es muy difícil de responder: Papá Noel cree que la mejor comida en el mundo entero es, naturalmente, el potaje de Navidad preparado por Mamá Noel! La receta de las gachas de avena es alto secreto, y sólo la sabe la señora Noel.

¿Qué hace Papá Noel durante su tiempo libre?

Papá Noel coge sus vacaciones en el verano. Algunas veces se le ha podido ver en alguna famosa playa del litoral español, si bien suele tratar de pasar desapercibido.

De regreso de viaje a Laponia, este es el momento en el que se relaja en sus bosques y páramos recogiendo bayas o yendo de pesca. Su pasatiempo favorito es sin duda la lectura, ¡¡¡lee 10 libros a la vez!!!

Animales de Papá Noel

Muchos creen que los renos son los animales más importantes de Papá Noel, pero para él, el bienestar de todos los animales es muy importante. En consecuencia, en varios lugares de toda Finlandia los animales también celebran la Navidad.

ESCAPADA AL SUR DE FRANCIA



Conozcamos la comarca

En esta ocasión nuestra escapada se centra en el sur de Francia, tierra de cataros, aquella religión nacida del desacuerdo con la iglesia católica y que quería regresar a los ideales primitivos, fueron conocidos como "hombres buenos", Toulouse será nuestro primer destino, fundada por los romanos realizaremos una visita por la ciudad que nos dará un amplio conocimiento de los principales sitios y monumentos de Toulouse como el ayuntamiento, la basílica Saint-Sernin, iglesias y palacetes y recorrer el típico mercado de navidad de Toulouse instalado en la mítica plaza del Capitole, en este mercado podremos encontrar artesanía de toda Europa y deleitarnos con productos únicos y especiales para la noche de navidad, visitando también el Belén Provenzal o pasear por los jardines de Henri IV y disfrutar de las muchas actividades animadas que nos trae Papá Noel.

Degustando los manjares de la cafetería de la avenida principal, iniciamos nuestra ruta hacia la bella población de Cordes-sur-Ciel, magnífico pueblo medieval asociado a los cataros y situado sobre un



monte con cuatro murallas que protegen un conjunto de calles estrechas y tortuosas parecidas a un laberinto. Conoceremos esta villa medieval no exenta de leyendas y misterios como el pozo del Mercado o las fachadas de las bellas casas góticas, adornadas con esculturas en alto relieve que parecen transmitir mensajes desconocidos.

Muy cerca se encuentra Albi, esta artística ciudad de origen cántaro del Languedoc a orillas del río Tarn. Visitaremos la Catedral de Santa Cecilia y el Museo de Henri Toulouse-Lautrec que con más de 1000 obras es el museo más importante del mundo dedicado al artista y está situado en el Palacio de la Berbie, antiguo Palacio episcopal del s. XIII y uno de los castillos más antiguos y mejor conservados de Francia, admirado también por sus jardines a la francesa y sus espectaculares vistas sobre el río Tarn, el día 08 de diciembre podremos disfrutar de elfos en zancos y muñecos de nieve y si coincidimos el día 9 con un concierto Gospel... Gran escapada esta!

Nuestra breve escapada no puede acabar sin antes visitar la bonita ciudad de Mirepoix que conserva casi intacto su aspecto medieval de finales del siglo XIII. Se encuentra envuelta dentro de una muralla y podremos recorrer su núcleo histórico con su gran plaza central, se encuentra rodeada por porches y soportales de madera tallados con esculturas y entramados, de los siglos XIII al XV. Como tampoco dejar de visitar Foix población conocida por ser uno de los principales lugares asociados a los Cáraros.

Visitamos los mercadillos navideños

Sin duda, en estas fechas nos invade ese espíritu navideño, luces, color, villancicos y como no, los típicos mercadillos de navidad son una parte importante del paisaje de ciudades y pueblos, coincidiendo con la cultura cántara ¡vamos a visitar algunos!

Sabías que...?

Toulouse es conocida como la ciudad de rosa, debido a que sus edificios antiguos fueron construidos en ladrillo visto, es conocida por su industria aeroespacial y que no se conoce el origen de su catedral o que se la conoce como la segunda capital española por instalarse allí la sede republicana.

La catedral de Albi, iniciada en el S. XIII se construyó en ladrillo, en vez de en piedra como era costumbre en la época o que la catedral de Mirepoix es la más ancha de Francia...

Gastronomía

En la zona, muy típica es la salchicha, sobre todo en Toulouse con la que se elaboran platos muy conocidos como el pollo a la tolosana o una ensalada muy completa con salchichas, pan frito, patatas, mostaza... disfrutemos también del Croustade, un tipo de empanada, el cassoulet, un plato a base de alubias... los postres con los "Fenetre" a base de limón o almendras o los caramelos de regaliz, los "Lajunie Cachou".



CARPINTERÍA DE ALUMINIO
Rodriguez
Taller i Exposició: Compositor Verdi, 20-26
Pol. Can Jardí - 08191 Rubí (Barcelona)
Tel: 93 699 38 57 | 93 586 12 54 | 93 586 12 55
info@aluminiosrodriguez.com
www.aluminiosrodriguez.com

CARPINTERIA DE ALUMINIO
Rodriguez
CRISTALLERIA
EXPOSICION LLENDA
936 993 887

PUERTA KOMPLET
Puerta de entrada
con hoja oculta

feliz NAVIDAD

DRINK CASH
VENTA DE BEBIDAS AL MAYOR Y AL POR MENOR

Tu almacén de bebidas

DISTRIBUIDOR OFICIAL
CABREIROA
Estrella Galicia
CENTRAL LEGION ASTURIANA
Viladrau

Rubí: Ctra. Sabadell, 92 · T. 628 259 265 | Ctra. Molins de Rei, 59 · T. 608 358 640 | Sabadell: C/ Bruc, 210

LA CASA DE LAS MEDIAS · Nueva apertura en Rubí

Para toda la familia!!

Una tienda dónde encontrarás todo lo relacionado en ropa interior, pijamas, batas, medias y calcetines, corsetería especializada y complementos.

Con marcas nacionales y de importación.



YM
YSABEL MORA
SINCE 1989

tobogan
Yatsi
baby



Tenemos productos para bebés, niños, mujer y hombre, con una amplia gama de marcas y variedad.

No te pierdas lo más novedoso y divertido, pijamas a juego para toda la familia!!

Con un trato familiar e inmejorable atención personalizada, también dispones de servicio de reserva de género y pago a plazos.

Puedes realizar tus encargos por teléfono.

Pasa a visitarnos y llévate de regalo unas medias en tu primera compra!!



La casa de las medias

Ropa interior · Pijamas · Batas
Medias y Calcetines
Corsetería especializada y Complementos

Síguenos en: @lacasadelasmedias-Rubi

Carrer de Milà i Fontanals, 6
Rubí · Tel. 936 97 82 01



A prop de tu Una revista diferent i propera a Rubí



Carta a SS.MM. Els Reis Mags d'Orient



REMITENT _____

NOM:

ADREÇA:



Estimats Reis Mags d'Orient:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



FELIZ NAVIDAD

Camisetas originales y regalos para fans de:
Star Wars, Dragon Ball, Marvel, Harry Potter y mucho más...

Calle Maximí Fornés, 38 · Rubí · Tel. 620 959 460



88€
Guitarra clásica de estudio tamaño adulto + funda nylon + afinador electrónico

Desde 150€
Guitarra eléctrica

Desde 180€
Guitarra flamenca

Desde 99€
Violín de Arce, todas las medidas, incluido arco y estuche

Desde 35€
Ukeleles madera de tilo, tamaño soprano, lacados en diversos colores o color natural. Regalo funda

Estrucho since 1880

BON
NADAL
FELIZ
NAVIDAD

Paga en cómodas cuotas con
MasterCard
VISA

C/ Joan Maragall, 41 · local 1 · 08191 RUBÍ
Tel. 93 588 86 53 · 615 45 23 06 · www.luthiers.es

FELIZ NAVIDAD

Bar Music Tapas

Tel. 698 88 87 09

Carrer del Roser, 3 · RUBÍ (antiguo Bar Las Lomas)



Minibocatas + Consumición 3€

Desayunos Meriendas

Cafés, Infusiones + Croissant 2,50€

Consumición + Tapa 3€
Todos los días

ACTUACIONES EN DIRECTO SORPRESAS

Tapas

12 a elegir

Minibocatas

- Hamburguesa
- Chistorra
- Bacón
- Lomo
- Franfurt
- Salchicha
- Atún
- Jamón
- Chorizo

SITIO FAMILIAR, DÓNDE PASAR UN BUEN RATO Y SI TE GUSTA CANTAR... EL ESCENARIO ES TUYO

VERMUT NAVIDEÑO

MÚSICA EN VIVO

KARAOKE

Viernes tarde

SI TE GUSTA JUGAR A LOS DARDOS ESTE ES TU BAR

FIESTA SORPRESA FIN DE AÑO

CAÑAS 1 € TODOS LOS MIÉRCOLES DÍA DE LA CERVEZA

Síguenos en Instagram, para estar informados de nuestros eventos

music tapas

AQUEST MES FELICITEM A ...



Xavi



Carles

Aquest parell de germans fan anys al mes de Nadal. Felix dia d'aniversari us desitgem tots els que us estimem.

La cassoleta

Cafetería · Restaurante · Brasería
- Cocina Casera -

Av. Castellbisbal, 69 · Rubí
Tel. 93 699 94 41 · 646 408 221

Menú diario 10,50€
Fin de semana y festivos 15€
(con carne a la brasa)

Días 25-26 de Diciembre y 1-6 de Enero
Menú especial Fiestas Navideñas 28€

Si en el mes de Enero quieres felicitar a alguien especial para ti, mándanos una foto antes del 15 de Diciembre, con un breve texto y la publicaremos gratis.
amartin@publi-ticket.es
Si tu negocio cumple años, llama o envía un email, tendremos un detalle para ti.
Telf. 617 02 61 68 · email: amartin@publi-ticket.es

Mecánica SERRATE
Un mundo de soluciones

Venta, reparación y recambio de maquinaria

Un regalo ideal
PV 145€

JARDÍN · FORESTAL
INDUSTRIA · CONSTRUCCIÓN

Tel: 93 007 05 09

www.serratemaquinaria.com
mecanicasserrate@gmail.com

AV. CASTELLBISBAL, 67 LOC RUBÍ

Pasatiempos

Sudoku

		7		8	5
3	5	8		9	7
9	6		1		
1	4	3	9	8	6
5	8	1	4		3
4	7	5		2	
		1	6	9	
	1		7		

NAVIDAD EN OTROS IDIOMAS

CHRISTMAS
CRACIUN
KALEDOS
KERSFEES
KERSTMIS
NADAL
NATAL
NATALE
NOEL
NOLLAG
VIANOCE
WEIHNACHTEN

Sopa de letras

Q	W	X	I	J	W	Y	H	M	
K	C	H	R	I	S	T	M	A	S
K	A	V	P	M	I	D	V	S	D
S	Z	L	K	R	M	S	D	S	J
N	Q	W	E	A	X	E	I	R	N
T	U	E	X	D	L	E	O	N	K
B	E	I	P	C	O	F	Q	O	V
H	Q	H	K	R	X	S	O	N	I
G	Z	N	E	A	T	R	Y	A	A
C	G	A	R	C	P	E	G	T	N
P	A	C	S	I	O	K	D	A	O
A	L	H	T	U	I	Ñ	T	L	C
E	L	T	M	N	K	A	T	Ñ	E
B	O	E	I	G	L	A	D	A	N
V	N	N	S	E	T	K	F	O	B

Beneficios de las pequeñas mascotas

Son bien sabidos los beneficios que aporta la compañía de una mascota en el hogar; seguridad, responsabilidad, evita la sensación de soledad, ayuda a superar ciertos estados mentales, como la depresión...



Seguramente por estas u otras razones puedes estar planteándote la entrada de una mascota en casa y hay ciertas consideraciones que se deben tener en cuenta antes de dar ese primer paso, ya que en el momento que dicho ser entra en casa, pasa a ser un nuevo miembro de la familia.

Como miembro de la misma, adquiere el derecho de recibir todo lo necesario para que su bienestar sea completo, es por ello que debes plantearte previamente si sus necesidades se ajustan a tus posibilidades, y este planteamiento no debe ceñirse estrictamente al factor económico, que es uno de los primeros que te pueden venir a la mente.



Rubén Pérez (Fauna La Amistad)



¿Tienes los conocimientos necesarios para cuidar de ella?

¿Dispones del tiempo suficiente para atender a sus necesidades?

¿Tu estilo de vida es compatible con la especie elegida?

Si tienes en cuenta esto y finalmente llega el momento de su llegada, enhorabuena y bienvenido al mundo de los lametones, ronroneos, mordisquitos y trinos!

FAUNA L'AMISTAT

TU TIENDA ESPECIALIZADA EN PEQUEÑAS MASCOTAS

Carrer Lluís Ribas, 1
Rubí (Barcelona)

Consultas y pedidos
T. 690 32 33 57

Algunas de nuestras marcas:

- VERSELE-LAGA
- ZuPreem
- CUNIPIC PETS & PET FOOD
- Sera
- KIKI
- ORYCS PETS & PET FOOD
- fiory

Saray C.

Mucho cuidado en Navidad con plantas y adornos!

Llega la navidad a nuestras casas y con ella muchas plantas, árboles y ramas decorativas que pueden ser muy peligrosas para nuestras mascotas y niños.

La flor de pascua o planta de navidad cultivada y querida en varios países como México, Argentina, estados unidos y por supuesto aquí en España es una planta muy atractiva a la vista por sus grandes y espesas hojas coloridas.

Es tan atractiva que no pasará desapercibida por tu mascota, lo malo de esto es que es altamente tóxica para ellos, esta aparentemente inofensiva planta se ha cobrado algunas vidas animales en los últimos años ya que tanto perros como gatos instintivamente tienden a comerse las plantas por varios motivos. Produce una "leche" blanquecina que sale de sus

ramas y es muy venenosa. Las hojas se utilizan para remedios curativos, pero aun así tienen que pasar por un proceso para usarlas. Así como para nosotros y en algunos países tiene incluso propiedades curativas, para nuestros animales aconsejamos que se ponga siempre en una zona alta y fuera de su alcance.

"Los síntomas de intoxicación son dolor abdominal, salivación excesiva y muy blanca, vómito y diarrea continuas". En caso de sospechar que tu mascota se ha intoxicado, acudir inmediatamente a tu veterinario más cercano.



El muérdago tampoco se libra estas fiestas, la ramita del amor la fertilidad y la paz no es tan así para nuestros amigos de cuatro patas. Esas bolitas blancas tan monas también son muy tóxicas por lo que al igual que la planta de navidad, el muérdago a de mantenerse bien alejado de los perros, gatos y roedores.

En el caso de los árboles de navidad podemos hablar del acebo y el pino, el acebo al igual que el muérdago tiene un fruto muy venenoso que son las bolitas rojas, las hojas sin embargo se utilizan en la medicina natural para tratar diferentes afecciones tanto dermatológicas como sistémicas. Muy apreciado en navidad para decorar las puertas de las casas en forma de corona y en la iglesia que son bendecidas el domingo de ramos. Es muy importante en este caso tener cuidado ya que no solo es venenosa para nuestras mascotas, a los niños también les produce el mismo efecto.

Con los árboles de navidad la inconveniencia o el peligro son los adornos, las luces o en el caso de que lo compres natural los posibles ácaros, parásitos y bichos que pueda tener.

Los adornos de los arboles suelen ser de un plástico muy fino y cortante y para más provocación para tu perro o gato tienen forma de pelota, con lo que lo primero que hagan cuando montes el árbol será querer jugar con todo aquello que cuelga de sus ramas incluso con las propias ramas.

Así que mi recomendación para estas fechas tan bonitas y mágicas es que tengas mucho cuidado con las plantas, árboles y adornos.

Vilmas Style

SE OFRECE SERVICIO DE: PELUQUERÍA

VENTA DE PIENSOS Y ACCESORIOS

CUIDADO E HIGIENE PARA TU MASCOTA

C/ Antoni Sedo, 88 · local 1
(Frente colegio Ca n'Alzamora) · Rubí
Tel. 93 024 27 34 · vilmasstyle@gmail.com

Feliz Navidad

Núcleo zoológico B2500008

AGRI FAUNA

Servicio a domicilio

- Piensos (también a granel) • Abonos • Accesorios
- Jaulas • Animales • Plantas y árboles
- Vino a granel

Logos: natura diet, NATURAL, affinity, KIKI, Prnzin, ownat, Lenda, ATAMI

Carrer Marconi, 3 - L.1 • 08191 Rubí (Barcelona)
Tel. 936 971 356 • Mov. 615 853 996 • agrifauna.2018@gmail.com

Pets Lovers.es

La Botiga que trien les Mascotes

Servei a Domicili! | Canina i Felina | Perruqueria

638 667 555 | Petslovers.es

Logos: KONG, BAYER, affinity, ROYAL CANIN, natura diet, ownat, WINNER PLUS

Alimentación saludable en Navidad

Este mes vamos a ser breves y sencillamente os vamos a dar unos consejos dietéticos para las fechas navideñas que se aproximan.

Lo primero de todo debemos pensar que por el hecho de que en las fechas de Navidad nos vamos a ver en "compromisos alimentarios", no hemos de abusar prematuramente de ese tipo de alimentos, incluso prepararnos para ellos.

Por ello os recomendamos que días antes de las fechas navideñas intentar controlar la alimentación.

Hemos de pensar que si se pierde algo de peso, podremos tener un margen con él.

Para esos "compromisos navideños" los 15 días pre-navideños son muy idóneos para hacer una pequeña dieta.

Las fechas de Navidad, son momentos de disfrutar con la familia, el bien más preciado que tenemos, y debemos ¡sin abusar! disfrutar.

Podemos comer aquello que corresponda, reitero ¡sin abusar!.

Para intentar que la alimentación sea lo más sana posible, baja en grasa y sobre todo digestiva, acompañaremos todas las comidas con una pequeña ensalada -no tiene que ser grande-, pero por pequeña que sea, ella nos saciara -ayudando a comer menos de la comida copiosa- y sobre todo nos ayudará a digerir mejor esos alimentos "pesados".



Todos sabemos que a pesar de los controles que intentemos llevar, estas fechas siempre nos comportan algún aumento de peso.

Por ello es muy importante que si deseamos perderlo, nos pongamos lo antes posible en ello, ya que dicha grasa, recién metabolizada será mucho más fácil de perder, que pasado un tiempo.

La Cuina de L'Oriol

Carns i peix a la barbacoa
Tapes cassolanes, plats combinats
Hesques de pagès gratinades, entrepans, hamburgueses i pizzas.

MENÚ DIARI
MENÚ CAP DE SETMANA
CARTA
MIGDIA I NIT

ESPECIALITAT EN ARRÓS AMB LLAMANTOL

Glovo Uber Eats

TÈLFON DE RESERVES
636 25 25 37

C/ Sant Sebastià, 6-8 · RUBÍ
www.lacuinaoloriol.com

MONTVERD
FRUITERIA I ALIMENTACIÓ

Repartiment a domicili
Productes Bio

ECOLÒGIC I DE PROXIMITAT

C/ Maximí Fornés, 10 - Local 1 - Rubí
Telèfon 680 969 662

Fiorella's
Bar - Cafeteria

Batidos - Desayunos - Meriendas

Disfruta de un buen café en el mejor y tranquilo entorno de Rubí

Horario: de 7:30 h a 18 h (De lunes a viernes)

C/ d' Antoni de Borja, 15 - Rubí
Tel. 937 609 573

BAR CASA NICO

Arroces por encargo

Arroz caldoso de bogavante
Paella de marisco
Arroz negro
Arroz caldera (pulpo, calamar y bogavante)
Fideuà

HORARIO:
de martes a domingo
de 6 a 18 horas

C/ Joaquim Bartrina, 16 · Rubí
T. 93 699 01 11

Menú diario
Menú fin de semana
Desayunos de tenedor y brasas

El Bon Gust
Bar Restaurante

Bon Nadal

Sant Joan, 5 · Rubí
Tel. 93 699 29 72

Menú diari casolà 13€
Caps de setmana i festius 20€

Carn Brasa
Esmorzars
Entrepans i tapes
Especialistes en paelles i torrades

També per a portar i servei Glovo

Obert tots els dies

Menú Nadal
dies 25, 26 de desembre
i 1 de gener - 40 €
Dia 6 de Gener - 35 €
Informa't del menú
i reserves al
Tel. 936992972
També per a portar

María José Ruíz (La Tata)

Bizcocho de especias y manzana

Ingredientes:

- 4 huevos
- 200 gr. de azúcar moreno
- 200 ml. de aceite de oliva suave
- 200 gr. de harina
- 2 cucharaditas de levadura
- 10 gr. de mezcla de especias en polvo: canela, cilantro, clavo, hinojo, anís, jengibre, cardamomo y nuez moscada
- La ralladura de cáscara de 2 mandarinas
- 2 manzanas golden
- 100 gr. azúcar glas
- 4 cucharadas de zumo de mandarina



Preparación

- ▶ Precalentamos el horno 180°.
- ▶ En un bol batiremos los huevos con el azúcar a velocidad alta hasta conseguir que duplique su volumen. Bajamos la velocidad e incorporamos el aceite.
- ▶ Aparte, tamizamos la harina, la levadura y las especias y las añadimos a la mezcla anterior. Batimos hasta conseguir una masa homogénea.
- ▶ Finalmente, añadimos la ralladura de mandarina y las manzanas cortadas a trocitos pequeños. Lo mezclamos todo bien con ayuda de una espátula y lo vertemos en un molde previamente engrasado y enharinado.
- ▶ Horneamos durante 35-40 minutos o hasta que esté doradito y al pincharlo con un palillo salga limpio.
- ▶ Para darle un aporte extra de jugosidad, haremos un glaseado sencillo batiendo el azúcar glas con el zumo de mandarina y echándolo encima de nuestro bizcocho.

Una absoluta delicia!

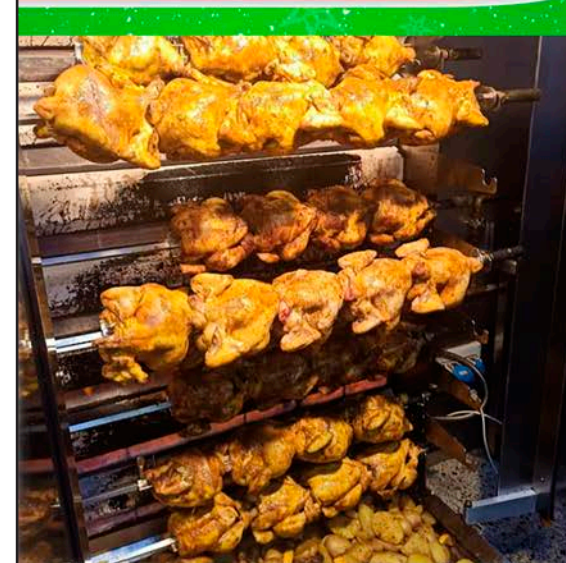
EMPORVA'V EL BÓHO ROSTISSERIA

No esperis al d'últim dia, ja podràs fer reserves per a estas fiestas.

- Canelones
- Redondo relleno
- Cochinillo
- Pollo relleno
- Fricando
- Conejos etc...

Más información:
Tel. 93 124 13 98

FELIZ NAVIDAD



OFERTAS

- Pollo a l'ast con patatas y all y oli 9,50€
- Pollo a l'ast + 6 canelones 13,90€
- Pollo a l'ast + 6 croquetas 12,90€
- Pollo a l'ast + 6 croquetas + 6 canelones 16,90€
- Pollo a l'ast + Bravas + Ensaladilla rusa 15,90€
- Pollo a l'ast + Ensaladilla rusa o Bravas + 2 Empanadas 14,90€
- 6x5 Empanadas Criollas 12,50€

Disponemos de todo tipo de entrantes, pastas, carnes, pescados, postres...
Y además Pizzas y Hamburguesas los viernes, sábados y domingos.

Plaça del Progrés, 2 · Local 1 · Rubí
Reservas Tel. 93 124 13 98
Horario J-D 11:00h a 15:30h

Glovo

la Tata
PASTISSOS & CUPCAKES
TALLERS DE CUINA & GADGETS

- Material para repostería
- Pasteles por encargo
- Desayunos a domicilio

Rafael Casanova, 7 · Rubí
Tel. 930 04 83 70

latata_rubi



Especialistas en pollos, conejos a l'ast y comidas preparadas desde 1995

Estas Navidades:
 Pollo Relleno, Cabrito, Cochinito y mucho más.
 Ya puedes hacer tus reservas
Horario Navidad:
 Días 24 y 31 de 9:00 H. a 20:00 H.
 Días 26 Diciembre 1 y 6 Enero de 9:00 a 17:00 H.

Servicio a domicilio
 o a través de GLOVO



**OS DESEAMOS UNA
 Feliz Navidad**

C/ Monturiol, 19 · Rubí
 T. 93 697 31 03 · 93 588 76 06
 www.rostisseriarubi.com

Síguenos en



Cabrito a la sidra



Ingredientes:

- 2 paletillas de cabrito
- Romero
- Tomillo
- Laurel
- Ajo
- Sal
- Pimienta
- Tocino o grasa de cerdo
- 2 patatas
- Medio vaso de sidra natural
- Aceite de oliva virgen extra

Preparación

La noche antes de preparar la receta adobamos el cabrito. Lo ponemos en una fuente, untamos con el ajo laminado, lo salpimentamos y añadimos las hierbas y un chorro de aceite. Lo tapamos y lo dejamos macerar.

Al día siguiente, encendemos el horno a 180 °C, colocamos unas tiras de tocino encima del cabrito y metemos la fuente en el horno.

Pasados unos 40 minutos, cuando empiece a estar dorado le damos la vuelta y lo dejamos unos 20 minutos más.

Mientras tanto, pelamos y cortamos la cebolla y las patatas en panadera, un poco gruesas y las freímos, pero no las cocinamos del todo, para que terminen de hacerse en el horno.

Cuando pasen los 20 minutos retiramos el cabrito del horno, colocamos las patatas en la fuente y rociamos todo con la sidra. Volvemos a meter la fuente en el horno y lo dejamos 20 minutos más a 180 °C.

Finalmente, ponemos el grill al horno y lo doramos unos 5 minutos para que esté tostado por fuera; aunque este último paso es opcional y a gusto de los comensales. En nuestra casa sí, porque nos gusta un exterior crujiente y bien tierno y meloso en el interior.

En general y como cualquier comida, es importante servirlo recién hecho, así que la recomendación es que el comensal espere por el cabrito y no al revés.

Tejas de almendras

Ingredientes:



- 25 g de mantequilla a temperatura ambiente
- 80 g de azúcar
- 15 g de harina de repostería
- 90 g de almendras laminadas
- 2 claras de huevo



Preparación

- ▶ En un bol añadir todos los ingredientes.
- ▶ Mezclar bien todo (no batir).
- ▶ Verter en un recipiente hermético y dejar reposar 12 horas en el frigorífico.
- ▶ Precalentar el horno a 180°C.
- ▶ Forrar una bandeja con papel de hornear (tener preparado un papel más de horno).
- ▶ Repartir en la bandeja preparada 6 cucharaditas de la masa. Con una espátula extenderla lo más fina posible, procurando que las almendras queden bien repartidas.
- ▶ Hornear durante 7-8 minutos (180°C).
- ▶ Cuando empiecen a dorarse, sacar la bandeja del horno y retirar las tejas con una espátula. Repetir el proceso con el otro papel preparado y la masa restante.
- ▶ Servir o conservar en un recipiente con tapa.



KUBIK RESTAURANT

Menú diario (martes a viernes) **10,90€**
 Cenas viernes y sábados
 Sábados y domingos carta (arroses por encargo)
 Tapas variadas y carne a la brasa

¡Ven a disfrutar de nuestra terraza!

Menú especial Navidad 38,50€
 Abierto días 25 y 26 de Diciembre

C/ Magí Ramérol, 6 · Rubí · T. 93 042 91 53

farines, llegums, arrossos, fruits secs, fruita deshidratada, xocolates, galetes, especies, mueslis, infusions, detergents

productes

Bàsics

venta a granel

magallanes, 39 rubí
 935 882 971

harinas, legumbres, arroces, frutos secos, fruta deshidratada, chocolates, galletas, especias, mueslis, infusiones, detergentes

¿Qué hago si cojo la moto en invierno?

Los principales consejos para andar en moto en invierno se pueden resumir en cinco temáticas claves.

- 1 El equipamiento de la moto debe estar adaptado al frío y a las circunstancias meteorológicas del invierno. Principalmente hablamos del vaho y la pérdida de calor.
- 2 El calor corporal es fundamental para la concentración del motorista. Si tu cuerpo está frío y estás más concentrado en ese detalle que en la carretera, para y espera un momento a volver a la normalidad.
- 3 No le compliques la vida a nadie que esté circulando a la misma vez que tú. Ya no hablo de coches, si no de otro mo-

tero o cualquier viandante. La visibilidad del piloto como de cualquier pasajero que vaya contigo es fundamental para una buena preparación.

- 4 El mantenimiento de la moto. Esto es clave en cualquier momento del año. Sin embargo, la moto tiende a sufrir más por las condiciones del invierno y la falta de uso.

- 5 Por último, precaución en la carretera. Los profesionales corren en un circuito cerrado, para cualquier motorista lo importante siempre es llegar a la meta, no hay posiciones.



El equipamiento de la moto en invierno

Lo más importante en cuanto al equipo del motorista, cuando se enfrenta al invierno, es el agua. Tanto cuando hay posibilidad de precipitaciones abundante, como el chirimiri (así se decía en casa de la abuela) como la que está presente en el ambiente. De ahí, que tanto la chaqueta, como el pantalón, como guantes y botas deban estar complementadas por una membrana impermeable.

La ropa más importante para el motorista en invierno

La elección del casco es muy importante, no es momento de ir con un casco abierto sino utilizar un casco integral para que entre el menos frío posible. La visera es clave para poder andar con la moto en invierno con mayor facilidad.

Siempre debe estar limpia y se recomienda en gran medida la instalación del pinlock porque evita de una manera eficaz la aparición de vaho en la pantalla.

La ropa en la moto en invierno debe dar calor

El viento, la humedad general, la lluvia o las bajas temperaturas son el principal enemigo del motorista en invierno. Sí, el frío es buenísimo para activar la circulación, pero también lo es para perder la concentración y capacidad de reacción en situaciones claves.

En invierno siempre es mejor pasarse de largo que quedarse cortos a la hora de ir equipados contra el frío. Por ello, toda vestimenta, ropa o equipamiento que se pueda adaptar a una circulación estable y confortable será bien recibida.

Desde las famosas mantas para motos que muchos moteros rechazan al estar siempre enfocadas culturalmente a ciclomotores. Hasta unas chaquetas o pantalones de gramaje grueso o unos guantes y botas calefactables para concentrar el máximo calor posible en las dos partes del cuerpo esenciales para pilotar: pies y manos. Si conseguimos estar calientes en esas zonas, la conducción será más llevadera.

Para circular en moto en invierno lo más importante es la visibilidad

El motero debe facilitar la circulación a todo vehículo que esté a su alrededor como a las personas que se encuentren cerca. Para lograr una conducción efectiva bajo la lluvia, en zonas oscuras o en pleno temporal, un apartado clave es la visibilidad del conductor. De ahí, que el uso de un chaleco reflectante y la utilización de colores vivos (aunque a ti te sienta mejor el negro) sea imperativo para

conducir en moto en invierno.

Si ya de por sí, los motoristas tienden a ser menos visibles en la carretera, cuando la situación se oscurece y enfría, las probabilidades de pasar desapercibidos son mucho más grandes.

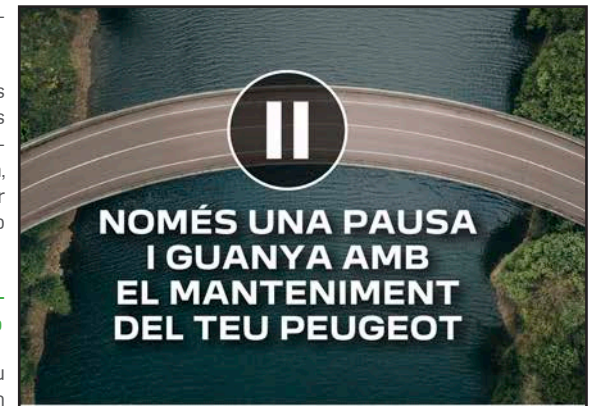
Una de las claves para andar con la moto en invierno

El mantenimiento de tu vehículo es importante en cualquier época del año. Sin embargo, en invierno la moto sufre más que en otras estaciones debido al menor uso que se le da, las temperaturas tan extremas y la menor adaptación al frío. Por ello, es recomendable seguir unas pautas básicas para que siempre esté a pleno rendimiento cuando se la necesite:

- 1 Utilizarla un par de veces por semana. La situación que peor les viene a las motocicletas es la falta de uso.
- 2 Intentar dejarla siempre con el depósito lleno para que no le entre aire y así no se oxidará el interior.
- 3 Si va a estar parada durante mucho tiempo, lo más efectivo es que te lleves la batería de la moto a tu casa o garaje para cargarlo ahí antes de volver a utilizarla.
- 4 Por último, ten tu moto siempre limpia, con las cadenas engrasadas y las ruedas algo más llenas de lo común para que no pierdan la presión necesaria.

Éstas son los consejos más importantes a la hora de conducir una moto en invierno.

Al final, se puede resumir en sentido común por parte del motorista, previsión a la hora de montarse encima de la moto y seguridad y confianza una vez se esté circulando por la ciudad o carretera.



NOMÉS UNA PAUSA
I GUANYA AMB
EL MANTENIMENT
DEL TEU PEUGEOT



PEUGEOT
SERVICE

FES EL MANTENIMENT

I PARTICIPA EN EL
SORTEIG DE 60 XECS
DESCOMPT DE 100 €
EN ACCESSORIS

A més, gaudeix d'1 any d'assistència gratuïta**

CITA I PRESSUPOST ONLINE A CITA-TALLER.PEUGEOT.ES/ES-ES/CITA-TALLER-PEUGEOT

*Consulta'n les condicions i les bases notariales a www.mantenimientopeugeot.es
**Consulte'n les condicions a www.peugeot.es

AUTO TALLER MORRAL
Crta. Molins de Rei, Km. 12,2
08191 Rubí (Barcelona)
Tel. 935 882 819

HOBBY CARS
Plaça, Pintura, Mecànica i Electricitat
Vehicle de substitució

Bon Nadal

Vehículo cortesía gratuito
Recogida y entrega a domicilio
Lavado gratuito con la reparación

Carrer del Ciclisme, 37 · 08191 Rubí · Tel. 936 99 53 13 · 673 104 134 · www.hobbycars.es

MOTO CICCAR

50 ANYS AL SERVEI DE LA MOTO

Carretera de Terrassa, 70 RUBÍ
T. 936 994 847 · motociccar@gmail.com

Pro Service Rubí
"TU VEHICULO EN BUENAS MANOS"

Feliz Navidad

- Mecánica electrónica
- Plancha y Pintura
- Coches, furgonetas, camiones
- Motos, Quads
- Accesorios de moto
- Venta de vehículos de km0 y ocasión

AHÓRRATE LA FRANQUICIA
y deja tu vehículo como NUEVO

te descontamos hasta el 100% de tu franquicia en nuestro servicio de chapa y pintura

Llámanos y valoramos tu caso de forma personalizada

Visita nuestro stock de vehículos Km0 y vo

1934 88 52 33 Ctra. de Terrassa, 110 · RUBÍ · (BARCELONA) WWW.PROSERVICERUBI.COM

AGENDA DICIEMBRE

01 al 10 DICIEMBRE 10:00

Exposición por el Día Internacional de las Personas con Diversidad Funcional

Convivir en un mundo de diferencias

BIBLIOTECA MESTRE MARTÍ TAULER, Sala de exposiciones

Precio: Gratuito

Ciclo Campos de algodón 2.0

02 DICIEMBRE 19:30

El Bebop y Charlie Parker

ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

03 DICIEMBRE 18:00

Taller de danzaterapia

Conecta las emociones con el cuerpo

BIBLIOTECA MESTRE MARTÍ TAULER, Auditorio

Precio: Gratuito

03 DICIEMBRE 18:00

Els tres porquets i el llop especulador

Día Internacional de las Personas con Diversidad Funcional

TEATRE LA SALA, C. Cervantes, 126

Precio: Gratuito

10 DICIEMBRE 19:30

De Brel à Ravel, les couleurs de la chanson française

Ciclo Sala Clásica

ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

11 DICIEMBRE 11:00

Mi pequeño mercado

Espacio efímero literario

BIBLIOTECA MESTRE MARTÍ TAULER, Sala de Pequeños Lectores

Precio: Gratuito

11 DICIEMBRE 11:30

Juegos de escultura

Ciclo de Arte y creatividad

ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

12 DICIEMBRE 12:00 al 9ENERO

Dioramas de Navidad 2021

Muestra de la Associació de Pes-

sebristes de Rubí

ESPAI EXPOSITIU MUNICIPAL AULA CULTURAL, Av. Barcelona, 84

Precio: Gratuito

12 DICIEMBRE 18:30

El llarg dinar de nadal

Obra clásica de Thornton Wilder

TEATRE LA SALA, Teatre Municipal

La Sala de Rubí

Precio: 10 € / 7,50 €

14 DICIEMBRE 18:15

Llega el Tío Buscall con el Tío de Navidad

Hora del cuento especial para niños a partir de 4 años

BIBLIOTECA MESTRE MARTÍ TAULER, Auditorio

Precio: Gratuito

14 DICIEMBRE 19:00

Adiós, hermano, de John Cheever

Ciclo de literatura alrededor del relato breve. Nueve escritores a partir de sus cuentos

ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

16 DICIEMBRE 09:30

Ruta sobre la biodiversidad local de la fauna del lago dels Alous

¡Disfruta de la vida a lo grande!

Puerta principal de la Escola Vint-i-cinc de Setembre

Requiere inscripción previa: Sí

17 DICIEMBRE 19:00

Salud mental en la adolescencia

Conferencia de Amics de la UAB

BIBLIOTECA MESTRE MARTÍ TAULER, Auditorio

Precio: Gratuito

17 DICIEMBRE 20:00

Chavalas

Ciclo Gaudí- Cine

TEATRE LA SALA, Teatre Municipal

La Sala de Rubí

Precio: 4,50 € / 3,00 €

18 DICIEMBRE 11:00

El Cascanueces

Ciclo de Música familiar

ATENEU MUNICIPAL, C. Xile, 3

Precio: Gratuito

18 DICIEMBRE 11:00

La Navidad de Pere Perot

Hora del cuento para niños y niñas a partir de 3 años

BIBLIOTECA MESTRE MARTÍ TAULER, Auditorio

Precio: Gratuito

19 DICIEMBRE 17:00

Subasta solidaria

Subasta de labores y trabajos manuales a beneficio de La Marató de TV3

Museo Vallhonrat. Pl. Montserrat Roig

Precio: Gratuito

18-19 DICIEMBRE 18:00

Els Pastorets (l'adveniment de l'infant Jesús), de Josep Ma Folch i Torres

Representación teatral típica de las fiestas de Navidad

Casal Popular de Rubí. C. Pere Esmendia, 14

Organizador: Casal Popular de Rubí

Precio: General 7 € | Jubilats i nens menors de 10 anys: 5 € | La Xarxa i Carnet TR3C: 5 €

20 DICIEMBRE 16:45

Taller de mini tions

Actividad para niños entre 3 y 12 años

Plaza de Ca n'Oriol

22 DICIEMBRE 16:45

Plaza del Centro Cívico del Pinar

La Cruilla

23 DICIEMBRE 16:45

Plaza Neus Català i Pallejà

Precio: Gratuito

22 DICIEMBRE 18:00

Hora del cuento: Quin dia de contes més animal!

Actividad para familias con niños y niñas de 4 a 8 años

BIBLIOTECA MESTRE MARTÍ TAULER, Auditorio

Precio: Gratuito

Horóscopo Mes de Diciembre

Aries



Buen periodo para fomentar las relaciones de pareja. Si está con una persona es un buen momento para que le exprese abiertamente lo que siente.

Tauro



En el trabajo serán meses con actividad intensa y no exenta de riesgos. Debes de tener cuidado ya que, puede perder algo de dinero.

Géminis



En el trabajo habrá situaciones conflictivas, tendremos que tener cuidado ya que los astros nos indican que puede haber enfrentamientos muy serios.

Cáncer



Buenos tiempos para el amor ya que Cáncer podrá conocer a esa persona especial, que tanto tiempo lleva esperando, o afianzar su relación de pareja.

Leo



En el amor no se presenta buenos momentos para este periodo. Si has roto con tu pareja o las personas que conoces no te llenen.

Virgo



Ten cuidado y vigila no ser absorbida por el trabajo, la vida no es solo trabajar, y si quieres que el amor funcione, tienes que dedicarle tiempo también.

Libra



Se van a producir situaciones un poco cambiantes, con muchas alteraciones, de idas y venidas en todos los aspectos. Estate alerta.

Escorpio



Para los Escorprios el dinero y la incertidumbre irán juntos de la mano, buen momento para especular o jugar con cierto riesgo durante este mes.

Sagitario



Se presenta un buen periodo en el ámbito laboral. Da rienda suelta a tu creatividad, ya que pueden salir proyectos con una buena rentabilidad económica.

Capricornio



En el amor habrá una gran expansión de todos los sentimientos, así que lo mejor es empezar a darles rienda suelta.

Acuario



Buen momento para conocer mejor a nuestra pareja, hemos tenidos algunos problemas en días atrás, que no son más que pequeñas discusiones.

Pisces



En el trabajo debes fomentar el dialogo con tus compañeros, ya sean subordinados o jefes, ya que eso sentará las bases de una buena relación.



NEW HOMEPC
Tu tienda de informática

Especializados en ordenadores a medida para hogar, empresa y Gaming

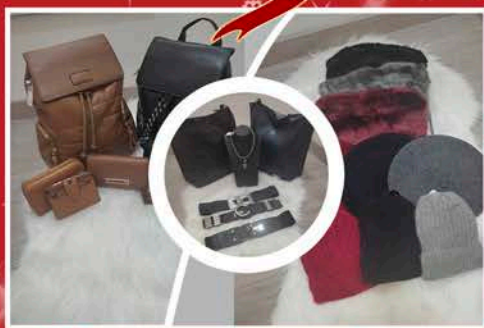
C/ Pintor Coello, 15 - Rubí - Tel. 936 67 71 87
www.newhomepc.net



Feliz Navidad



La tienda de informática de Rubí donde encontrarás productos Gaming · Ordenadores marca · Portátiles · Tablets · Hardware · Consumibles · Videojuegos y Consolas · Servicio Técnico



Lo último en moda y complementos para esta fiestas en Posa't Guapa
Ven a conocernos.

Feliz Navidad
POSA'T GUAPA
Todas las tallas

698 48 26 80 (Solo WhatsApp)



C/ Cervantes, 132 · local 1 · Rubí · Tel. 93 627-95 28